



Receitas Hora H

PAELLA VEGETARIANA

Ingredientes

1/3 xícara (chá) de azeite de oliva
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
2 talos de salsa (ou aipo) picados
2 cenoura cortadas em cubos
1 abobrinha cortada em cubo
1 pimentão vermelho sem sementes picado
1 xícara (chá) de arroz
3 xícaras (chá) de caldo de legumes
1 colher (café) de açafrão-da-terra (ou cúrcuma)
1/2 xícara (chá) de vinho branco
2 tomate sem pele e sem sementes picados
• ervas frescas a gosto

Modo de preparo

Em uma frigideira grande, aqueça o azeite. Frite a cebola, o alho, junto o restante dos vegetais e misture. Adicione o arroz, o caldo de legumes e o açafrão. Quando começar a secar, adicione o vinho, o tomate e as ervas. Cozinhe por mais dois minutos e sirva em seguida.

LEGUMES ASSADOS NO SAL GROSSO

Ingredientes

• 400 gramas de espiga de milho
• 400 gramas de batatas variadas (roxa, doce e yacon)
• 400 gramas de cenoura (laranja e roxa)
• 400 gramas de abóbora
• 400 gramas de cebola
• Sal grosso
• Tomates-cereja e alcafofras para decorar

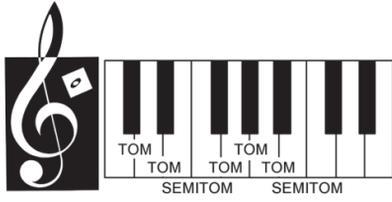
Modo de preparo

Corte as espigas de milho, as batatas, as cenouras, a abóbora e as cebolas em quatro partes. Disponha-as em uma assadeira sobre uma camada de sal grosso. Cubra com mais sal. Leve ao forno a 180°C por uma hora. Balance um a um para tirar o excesso de sal.

CAÇA-PALAVRA
www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Sabe o que são tom e semitom?

Na LINGUAGEM da música, tom é a DISTÂNCIA entre um som e o que o sucede na ESCALA musical, com exceção do INTERVALO entre as notas mi e fá, em que a distância SONORA é de um semitom. A distância entre dó e ré, por exemplo, é de um tom, assim como entre ré e mi, e entre os intervalos das notas musicais em SEQUÊNCIA. O meio-tom ou SEMITOM, por sua vez, é a menor PERCEPÇÃO sonora entre um som e outro. Na PARTITURA musical, o semitom é caracterizado como SUSTENIDO e bemol. O sinal GRÁFICO do sustenido na PAUTA musical é semelhante ao do jogo da velha, e o bemol é representado por uma LETRA "b" minúscula semicursiva. O sustenido indica que o som da nota que acompanha deve ser acrescido de um semitom, e o BEMOL indica a redução da NOTA em um semitom. No piano e nos instrumentos de TECLADO, é fácil reconhecer os semitons sustentidos e bemóis pelas teclas pretas. Elas representam o som INTERMEDIÁRIO entre as teclas brancas.



G M E B H S O F M E N T M M H T R B F B M T
T E C L A D O Y M I N T E R M E D I A R I O
E O R G R N R P T R I L A H D I A C T R N B
A P F R T S S A C F B E L S U S T E N I D O
T E O F E G E R L E H S B E H B M R F T C C
U R C O L S Q T L L N C S A I D O H D C O I
A C N L T O U I S I O A I N Y S F T C M F
P E L H N T E T T N Y L D C T E E A R G O A
B P D A N D N U F G T A M N E Y S F T L E R
H Ç I R T M C R S U R D T A R T L M N O B G
B Æ F O I D I A O A D O I T V C O B A H N E
D O N N S F A M O G H T A S A T M T D S N H
N D A O D E Y M A E C R I L T E E T R F C
D E R S E M I T O M N N E D O A B A R T T R

33



Solução

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

| | | | |
|---|------------------------------------|--|---|
| Mesquita de (?), ponto turístico do Cairo | UFRJ, USP, UFBA e UFMG | Couve-(?), hortaliça | Tema da Viradouro, campeã do Carnaval carioca de 2020 |
| Obra como "A Lista de Schindler" (Cin.) | | Edson Celulari, ator | Nativos do país caribenho cuja capital é Porto Príncipe |
| Guardador ilegal de carros (bras.) | | | (?) Diego, cidade, Rede, em inglês |
| | | | Estanho (símbolo) Veste de indianas |
| Nervo cuja compressão causa dor na coluna | Trending Topics (Twitter) | Auto natalino comum no Nordeste | Raduan Nassar, escritor Permanece |
| Pia-(?), membrana cerebral | | | |
| | | | |
| Pintor mineiro do período Colonial | Resposta positiva Tudo, em inglês | | Emissora estatal de TV da Itália |
| | | | Perde a vida Menor, em inglês |
| As doenças como a do Covid-19 | | | Sociedade Anônima (sigla) Pulo |
| Militar festejado em 25 de agosto | De (?), obliquamente Contornar | Oscar Roberto (?), ex-árbitro de futebol | Pablo (?), poeta de "As Uvas e o Vento" |
| Origem (abrev.) | Unidade de energia mecânica (Fis.) | Campo (?), a Cidade Morena (MS) | |
| Proposta legislativa (Dir.) | | | |
| | | | |
| Os tempos passados | | Conjunto de canais de água do mar | Iguaria como o quiche |
| Seu porteiro é São Pedro (Folc.) | "(?), tem...". insinuação maldosa | | Nome da letra que simboliza o hidrogênio |
| | | | Maria (?), cantora de "Oração ao Tempo" |
| Marsupial arboreícola australiano (p.L.) | A Terra Prometida dos israelitas | | |
| Peça mais importante do jogo de xadrez | | | |

3/ali — net. 5/minor. 6/Virais. 9/alabastro. 12/mestre atleide. 19/ganadoras de tiquia. BANCO 22



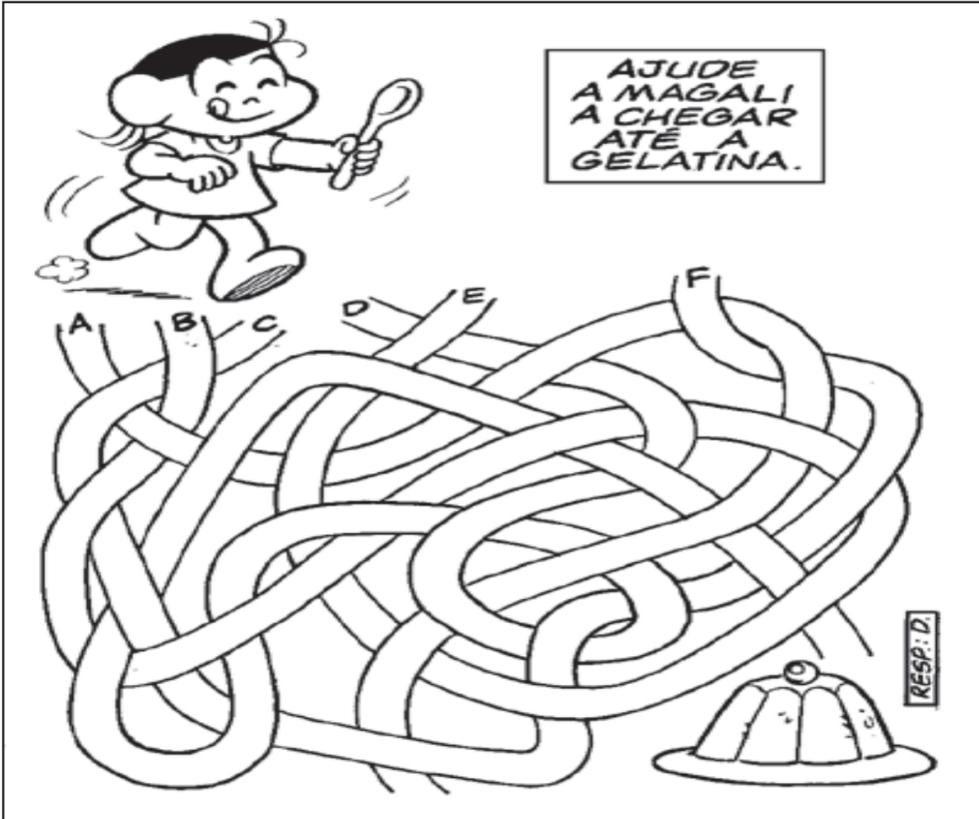
Solução

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Câmara Municipal de Nova Iguaçu
ATOS OFICIAIS
AVISO DE LICITAÇÃO

Licitação nº: 006/CMNI/2022.
Requisitante: Informática.
Modalidade: Pregão Presencial.
Tipo: Menor preço por item.
Processo nº: 90022/2022.
Objeto: COMPRA DE COMPUTADORES DESKTOPS, MONITORES, SUPORTE PARA MONITORES, NOTEBOOKS, NOBREAKS E CABO HDMI.
Retirada do Edital: a partir de 27/09/2022.
Entrega de envelopes: até 14/10/2022 às 10:00 horas.
Realização da Licitação: 14/10/2022 às 10:00 horas.
Edital disponível no site da CMNI: www.cmni.rj.gov.br (Portal da Transparência) ou pelos e-mails: compras@cmni.rj.gov.br e compras1@cmni.rj.gov.br.
Local da Licitação: Sala de Reuniões da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, situada à Rua Prefeito João Luiz do Nascimento, nº 38 - 4º andar - Centro - Nova Iguaçu - RJ.
Horário: 9:00 às 17:00 horas.
Telefones: 2667-4124 / 2667-2409.

Nova Iguaçu, 26 de setembro de 2022.

KEILA ANIBOLETE DE SOUZA
Pregoeira - CPL
Portaria nº 71/2022



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Belford Roxo
ATOS OFICIAIS

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE BELFORD ROXO
CONSTRUINDO UM NOVO TEMPO

SECRETARIA MUNICIPAL DE OBRAS, PROJETOS, CAPTAÇÃO DE RECURSOS E CONVÊNIOS-SEMO-CAP.

EXTRATO DE TERMO ADITIVO
PROCESSO: 52/0138/2021
TERMO Nº: 002
CONTRATO Nº: 50/SEMOCAP/2021
CONTRATANTE: MUNICÍPIO DE BELFORD ROXO.
CONTRATADA: JESBAN SERVIÇOS DE CONSTRUÇÕES LTDA.
OBJETO: OBRAS DE CONSTRUÇÃO DA UNIDADE DE PRONTO ATENDIMENTO – UPA, SITUADA NA AV. JOAQUIM DA COSTA LIMA, S/N NO BAIRRO PARQUE DOS FERREIRAS, MUNICÍPIO DE BELFORD ROXO/RJ.
PRORROGAÇÃO DE PRAZO: PELO PRESENTE INSTRUMENTO FICA PRORROGADO O PRAZO DE EXECUÇÃO DO CONTRATO 50/SEMOCAP/2021,

POR MAIS 60 (SESSENTA) DIAS A CONTAR DE 01/10/2022.
FUNDAMENTO: Lei 8.666/93.
DATA DE ASSINATURA: 19 de setembro de 2022

ODAIR DA CUNHA ALMEIDA
-Secretário Municipal de Obras, Projetos e Captação de Recursos e Convênios-

SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL, CIDADANIA E DA MULHER - SEMASC

EXTRATO DE TERMO DE APOSTILAMENTO
PROCESSO ADMINISTRATIVO: 56.0150/2021
APOSTILAMENTO: 39
CONTRATO: 08/SEMASC/2022
CONTRATANTE: MUNICÍPIO DE BELFORD ROXO.
CONTRATADA: HC MIX COMÉRCIO E SERVIÇOS EIRELLI..
DA FINALIDADE: O PRESENTE TERMO DE APOSTILAMENTO TEM POR OBJETIVO ALTERAR, NA FORMA ABAIXO, A CLÁUSULA QUINTA DA DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA DO CONTRATO Nº 08/SEMASC/2022

EM RAZÃO DOS FATOS APONTADOS EM FIs 1376
DATA DA ASSINATURA: 23 de SETEMBRO de 2022

BRENDA CARNEIRO
Secretária Municipal de Assistência Social, Cidadania e da Mulher

EXTRATO DE TERMO DE APOSTILAMENTO
PROCESSO ADMINISTRATIVO: 56.0150/2021
APOSTILAMENTO: 40
CONTRATO: 16/SEMASC/2022
CONTRATANTE: MUNICÍPIO DE BELFORD ROXO.
CONTRATADA: HC MIX COMÉRCIO E SERVIÇOS EIRELLI..
DA FINALIDADE: O PRESENTE TERMO DE APOSTILAMENTO TEM POR OBJETIVO ALTERAR, NA FORMA ABAIXO, A CLÁUSULA QUINTA DA DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA DO CONTRATO Nº 16/SEMASC/2022
EM RAZÃO DOS FATOS APONTADOS EM FIs 1376
DATA DA ASSINATURA: 23 de SETEMBRO de 2022

BRENDA CARNEIRO
Secretária Municipal de Assistência Social, Cidadania e da Mulher